

Hygiene- und Schutzkonzept des TSV Unterföhring für das Sportzentrum an der Jahnstraße, Unterföhring

Wir freuen uns sehr, dass wir euch wieder begrüßen dürfen. Bitte haltet euch an die folgenden Regeln. Wir wünschen euch viel Spaß beim Training.

Teil 1 – Allgemeine Regelungen & Regelungen zum Sportbetrieb, die sportartübergreifend gelten

- Mitglieder sind verpflichtet, die folgenden Regeln einzuhalten. Bei Verstößen wird konsequent das Mitglied vom Trainingsbetrieb im Sportzentrum ausgeschlossen oder andere angemessene Maßnahmen ergriffen. Die Einhaltung der Regeln wird regelmäßig überprüft.**
- Ein Mindestabstand von 1,5m muss zu jeder Zeit im gesamten Sportzentrum und im Outdoor Training eingehalten werden, insbesondere auch beim Betreten und Verlassen des Sportzentrums sowie im Training selbst.
Von dieser Regelung ausgenommen sind Personen des eigenen Hausstandes.
- Sport ist kontaktfrei durchzuführen, insbesondere hat sportarttypischer Körperkontakt (Handshake / Abklatschen / andere Begrüßungsrituale vor, während und nach dem Training) zu unterbleiben; dies gilt nicht
 - für das Training der Athleten der Bundes- und Landeskader
 - unter der Voraussetzung einer Kontaktdatenerfassung für das Training in festen Trainingsgruppen
- Im gesamten Sportzentrum sowie beim Betreten und Verlassen des Sportzentrums ist ein Mund-/Nasenschutz zu tragen. Zum Training selbst darf der Mund-/Nasenschutz abgenommen werden.
- Personen mit akuten unspezifischen Allgemeinsymptome, respiratorischen Symptome jeder Schwere sowie Fieber sind vom Trainingsbetrieb ausgeschlossen. Ebenso sind Personen ausgeschlossen, die in den letzten 14 Tagen Kontakt zu Covid-19-Erkrankten hatten.
Sollte ein Teilnehmer Symptome während des Aufenthalts im Sportzentrum Symptome entwickeln, so muss er das Sportzentrum umgehend verlassen.
- Rückkehrer aus Risikogebieten dürfen 14 Tage lang nicht ins Training kommen, es sei denn, sie können 2 negative Corona-Test-Ergebnisse vorlegen, mit einem Abstand von 3 bis 5 Tagen zwischen zwei Tests.
- Risikopersonen haben selbst für Ihre Sicherheit zu sorgen.**
- Vor Betreten des Sportzentrums ist die Abgabe einer Erklärung zur eigenen Gesundheit, zu Kontakt zu Covid-Erkrankten und der Anerkennung dieser Regeln erforderlich. Dies betrifft sämtliche Mitglieder, insbesondere Athleten und Trainer. Im Falle von Minderjährigen, hat diese Erklärung seitens eines Erziehungsberechtigten zu erfolgen. Änderungen zum Gesundheitszustand oder hinsichtlich Kontakt mit Covid-Erkrankten sind dem Vereinsbeirat unverzüglich mitzuteilen. Die Erklärung befindet sich im Anhang an diese Regeln.
- Zuschauer im Sportzentrum sind nicht erlaubt. Das bedeutet insbesondere, dass Eltern ihre Kinder zwar hinbringen und abholen können, das Sportzentrum aber nicht betreten dürfen.

10. Jeder Trainingsteilnehmer wird einer festen Gruppe zugeteilt. Diese wird von einem, notfalls mehreren, festen Trainern betreut. Diese Einteilung erfolgt seitens der Abteilungsleiter bzw. der Übungsleiter.
11. Alle Mitglieder sollen bereits in Trainingskleidung kommen.
12. Beim Warten vor dem Sportzentrum ist auf die Einhaltung des Mindestabstands zu achten, Warteschlangen und Gruppenbildung sollen vermieden werden.
13. Der Zugang zum Sportzentrum und das Verlassen des Gebäudes findet ausschließlich über den Haupteingang statt.
14. Die Trainer dokumentieren in einer Anwesenheitsliste je Training, welche Teilnehmer zum Training anwesend sind. Diese Liste ist in regelmäßigen Abständen von längstens zwei Wochen im TSV Büro abzugeben / in den TSV Briefkasten zu werfen.
15. Im Sportzentrum sind, sofern gekennzeichnete Wege vorhanden sind, diese zu benutzen.
16. Die Mitglieder sind verpflichtet, unmittelbar vor Betreten der jeweiligen Sporthalle ihre Hände gründlich mit fließendem Wasser und Seife zu reinigen. Darüber hinaus wird im Sportzentrum Desinfektionsmittel bereitgestellt.
17. Um eine ausreichende Lüftung zu gewährleisten, betreten die Teilnehmer die jeweilige Sporthalle keinesfalls vor Beginn der Trainingseinheit.
18. Gruppenbezogene Trainingseinheiten / -kurse sind Indoor auf höchstens 120 Minuten beschränkt. Unter Einhaltung der Pausenregelungen und Lüftungsvorgaben ist es möglich, dass eine Trainingsgruppe auch mehrere Einheiten von 60 Minuten durchführt.
19. Outdoor dürfen Gruppen mit maximal 20 Personen trainieren unter Einhaltung der obigen Regeln.
20. Nach Beendigung des Trainings verlassen Teilnehmer direkt das Sportzentrum.
21. Die Ausübung der jeweiligen Sportart wird durch einen jeweiligen sportartspezifischen Teil ergänzend geregelt. Darin sind auch die Regelungen zu den konkreten Räumlichkeiten enthalten.
22. Die Sporthallen werden regelmäßig gelüftet. Zwischen zwei Trainingseinheiten wird fest eine Pause von 15 Minuten zum Lüften eingeplant. Hinsichtlich der Lüftung werden die Vorgaben des Lüftungskonzepts der Gemeinde Unterföhring befolgt.
23. Sauna und Aufenthaltsbereiche stehen nicht zur Verfügung.
24. Umkleiden dürfen entsprechend der Vorgabe der Gemeinde Unterföhring benutzt werden.
25. Nassbereiche dürfen genutzt werden, jedoch immer nur von einer Person je Bereich.
26. Die Reinigung des Sportzentrums erfolgt seitens der Gemeinde Unterföhring nach deren Reinigungskonzept.

Die vorangegangenen Regelungen beziehen sich auf alle Geschlechter gleichermaßen; zur besseren Lesbarkeit wurde stets die männliche Form verwendet.

Teil 2 – Sportartspezifische Regelungen

Dieser Teil ist wie folgt untergliedert in die spezifischen Sportarten, die seitens des TSV Unterföhring angeboten werden, und regelt die Ausübung jeder dieser Sportarten einschließlich der räumlichen Gegebenheiten:

- a) Aerobicturnen
- b) Badminton
- c) Breitensport
- d) Frisbee
- e) Gerätturnen weiblich, Gerätturnen männlich sowie Tricking
- f) Kinderturnen
- g) Kraftsport
- h) Tischtennis
- i) Volleyball

a) Spezifische Regelungen für die Sportart Aerobicturnen

1. Es dürfen sich maximal 12 Personen in jeder Gymnastikhalle und maximal 25 Personen in einem Hallendrittel der Dreifachturnhalle befinden.
2. Athleten werden durch ihre Trainer vor dem Sportzentrum abgeholt.

Die Teilnehmer nehmen den Weg zu den Gymnastikhallen über den Stiefelgang.

3. Die Trainer weisen den Athleten einen Platz für ihre persönlichen Sachen (Straßenschuhe, Jacke, etc.) zu. Trinkflaschen mit Wasser dürfen mit in die Halle genommen werden.
4. Mit Klebestreifen oder anderweitig markierte Abstandsregelungen sind einzuhalten.
5. Wenn möglich, werden Matten und Geräte selbst mitgebracht.
6. Sport ist kontaktfrei durchzuführen, insbesondere hat sportarttypischer Körperkontakt (Handshake / Abklatschen / andere Begrüßungsrituale vor, während und nach dem Training) zu unterbleiben; dies gilt nicht

1. für das Training der Athleten der Bundes- und Landeskader
2. unter der Voraussetzung einer Kontaktdatenerfassung für das Training in festen Trainingsgruppen

7. Die Trainer begleiten ihre Athleten am Ende des Trainings zum Ausgang. Die Teilnehmer nehmen den Weg über den Turnhallengang.
8. Die Trainer desinfizieren die Türklinken, Lichtschalter, Treppengeländer, sowie geschlechtsspezifisch die WC Kontaktflächen des WCs, das den Halleneingängen am nächsten ist, vor der nächsten Gruppe.
9. Beim Wechsel der Athleten zwischen Geräten werden die Geräte, Kleingeräte, Matten und dergleichen vom Trainer auf geeignete Art (z.B. Magnesia) desinfiziert. Ist dies bei einem Gerät nicht möglich, ohne dass das Gerät dadurch einen Schaden erleidet, ist stattdessen darauf zu achten, dass die Athleten vor der Benutzung des Geräts ihre Hände und ggf. Fußflächen auf geeignete Art (z.B. Magnesia) desinfizieren.

b) Spezifische Regelungen für die Sportart Badminton

1. In einem Hallendrittel der Dreifachturnhalle dürfen sich maximal 20 Personen einschließlich Trainern befinden
2. Die Athleten melden Ihre Teilnahme vor jedem Training beim Übungsleiter an (per Spielerplus App / Email / WhatsApp)
3. Es dürfen keine Leihschläger ausgegeben werden

c) Spezifische Regelungen für sämtliche Sportangebote, die im TSV Unterföhring seitens der Abteilung Breitensport angeboten werden

1. Alle Regelungen in Teil 1 betreffend das Sportzentrum gelten ebenso für das Gebäude der Schulturnhalle.
2. In jeder Gymnastikhalle dürfen sich maximal 15 Personen einschließlich Trainer befinden. In einem Hallendrittel der Dreifachhalle dürfen sich maximal 30 Personen einschließlich Trainer befinden.
Die Schulturnhalle ist aktuell noch nicht für den Sport freigegeben.
3. Die Teilnehmer melden sich vor jeder Sportstunde beim jeweiligen Übungsleiter an
4. Bei Sportangeboten in den Gymnastikhallen nehmen die Teilnehmer den Weg über den Stiefelgang
5. Soweit möglich, werden Teilnehmern durch Markierungen am Boden feste Positionen zugewiesen.
6. Jeder Teilnehmer bringt seine eigene Matte mit.
7. Nach Möglichkeit wird auf Handgeräte und Materialien verzichtet. Wo dies nicht möglich ist, werden diese nach Gebrauch vom Trainer desinfiziert.
8. Es dürfen keine Partnerübungen gemacht werden.
9. Eltern-Kind-Turnen und Kinderturnen findet nicht statt, da es hierbei nicht möglich wäre, die erforderlichen Hygieneregeln einzuhalten.

d) Spezifische Regelungen für die Sportart Frisbee

1. Es findet kein offenes Training statt. Das Stattfinden des Trainings und die Teilnehmerzahl wird vorher mit dem Trainer/Übungsleiter geklärt.
2. Innerhalb eines Hallendrittels der Dreifachturnhalle dürfen sich maximal 20 Personen befinden.
3. Teilnehmer, die neu ins Frisbee einsteigen wollen, müssen sich zuvor beim Abteilungsleiter Frisbee melden.
4. Jeder Teilnehmer muss vor dem Training seine Hände desinfizieren
5. Die Frisbee-Scheibe wird vor und nach jedem Training vom Trainer desinfiziert
6. Übungen haben ohne Marker (=direkter Verteidiger stattzufinden)

e) Spezifische Regelungen für die Sportarten Gerätturnen weiblich, Gerätturnen männlich sowie Tricking, soweit diese in der Festgeräthalle ausgeübt werden

1. Es dürfen sich maximal 60 Personen in der Festgeräthalle befinden.
2. Mehrere Gruppen sind möglich, sofern der nötige Sicherheitsabstand auch während des Trainingsbetriebs gewahrt bleiben kann. Die maximale Gruppenstärke beträgt 15 Personen einschließlich Trainern.
3. Athleten werden durch ihre Trainer vor dem Sportzentrum abgeholt.
4. Die Trainer weisen den Athleten einen Platz für ihre persönlichen Sachen (Straßenschuhe, Jacke, etc.) zu. Trinkflaschen mit Wasser dürfen mit in die Halle genommen werden.
5. Nach dem Betreten der Sporthalle werden die Athleten an die Geräte aufgeteilt.
6. Mit Klebestreifen oder anderweitig markierte Abstandsregelungen sind einzuhalten.
7. Sport ist kontaktfrei durchzuführen, insbesondere hat sportarttypischer Körperkontakt (Handshake / Abklatschen / andere Begrüßungsrituale vor, während und nach dem Training) zu unterbleiben; dies gilt nicht
 1. für das Training der Athleten der Bundes- und Landeskader
 2. unter der Voraussetzung einer Kontaktdatenerfassung für das Training in festen Trainingsgruppen
8. Die Trainer begleiten ihre Athleten am Ende des Trainings zum Ausgang.
9. Die Trainer desinfizieren die Türklinken, Lichtschalter, Treppengeländer, sowie geschlechtsspezifisch die WC Kontaktflächen des WCs, das den Halleneingängen am nächsten ist, vor der nächsten Gruppe.
10. Beim Wechsel der Athleten zwischen Geräten werden die Geräte, Kleingeräte, Matten und dergleichen vom Trainer auf geeignete Art (z.B. Magnesia) desinfiziert. Ist dies bei einem Gerät nicht möglich, ohne dass das Gerät dadurch einen Schaden erleidet, ist stattdessen darauf zu achten, dass die Athleten vor der Benutzung des Geräts ihre Hände und ggf. Fußflächen auf geeignete Art (z.B. Magnesia) desinfizieren.

f) Spezifische Regelungen für das Kinderturnen

1. Die Eltern melden sich vor jeder Stunde beim jeweiligen Übungsleiter an.
2. Beim Betreten des Sportzentrums waschen die Eltern mit den Kindern die Hände.
3. Es wird auf den Aufbau großer Abenteuerlandschaften verzichtet.
4. Nur die Übungsleiter und Helfer dürfen die Geräteräume betreten mit Ausnahme ausgeählter Eltern beim Geräteabbau des Eltern-Kind-Turnens.
5. Es sind keine Brotzeiten innerhalb des Sportzentrums erlaubt.
6. Nach Ende der Stunde verlassen die Eltern mit den Kindern zügig das Sportzentrums
7. Eltern-Kind-Turnen
 1. Ein Kind und ein Elternteil werden als eine Einheit betrachtet. Es sollte, wenn möglich, immer das gleiche Elternteil das Angebot wahrnehmen.
 2. Pro Eltern-Kind-Angebot gilt eine maximale Teilnehmerzahl von 20 Eltern-Kind-Einheiten
 3. Aufgrund der Abstands- und Kontaktregeln, dürfen keine Begleitkinder (= nicht zum Haushalt gehörende Kinder) mitzubringen.
 4. Die Eltern-Kind-Turngruppen legen ihre Jacken / Schuhe in einem markierten Bereich innerhalb der Turnhalle ab.
8. Kleinkinderturnen (3-4 Jahre / 5-6 Jahre)
 1. Es gilt eine maximale Teilnehmerzahl von 15 Kindern pro Stundenangebot.
 2. Die Jacken und Schuhe werden in entsprechenden Abstand auf der Tribüne abgelegt.
 3. Die Kinder werden vom Übungsleiter oben im Foyer abgeholt und auch nach Ende der Turnstunde wieder dorthin gebracht.
 4. Unter Einhaltung des nötigen Abstandes und dem Tragen eines Mund-Nasenschutzes können sich die Eltern während der Turnstunde auf der Tribüne aufhalten.
9. Schulkinder (6-10 Jahre)
 1. Beim Betreten des Sportzentrums besteht Maskenpflicht bis in die entsprechende Halle.
 2. Es gilt eine maximale Teilnehmerzahl von 20 Kindern pro Stundenangebot.
 3. Der Übungsleiter holt die entsprechende Gruppe am Eingang des Sportzentrums ab und bringt diese nach Ende der Stunde kompakt wieder zum Ausgang.
 4. Die Jacken und Schuhe werden innerhalb eines markierten Bereiches innerhalb der Turnhalle abgelegt.

g) Spezifische Regelungen für sämtliche Sportarten, die im TSV Unterföhring seitens der Abteilung Breitensport - Krafttraining angeboten werden

1. Die Teilnehmer nehmen den Weg zum Krafraum über den Stiefelgang – beim Verlassen des Krafraums sind die oberen beiden Türen zur Dreifachturnhalle zu nehmen. An den Türen werden entsprechende Beschriftungen angebracht.
2. Für den Krafraum dürfen maximal 6 Personen einschließlich Trainer anwesend sein.
3. Markierungen am Boden kennzeichnen ggf. die Positionen jeden Teilnehmers.
4. Jeder Teilnehmer bringt seine eigene Matte, Handtücher sowie Krafthandschuhe mit. Die ggf. vorhandenen Matten dürfen nicht verwendet werden.
5. Partnerübungen sind nicht erlaubt.
6. Die Klima-Anlage ist während des Trainings ausgeschaltet.
7. Die Teilnehmer melden sich vor jeder Sportstunde beim jeweiligen ÜL an.
8. Es besteht Maskenpflicht: bei jeglicher Fortbewegung im Krafraum muss immer ein Mund-/Nasenschutz getragen werden. Einzig beim Training am Gerät selbst darf der Mund-/Nasenschutz abgenommen werden.
9. Unzulässig ist aufgrund der Aerosolbelastung jedes hochintensive Ausdauertraining (Indoor-Cycling, HIIT und anaerobes Schwellentraining) in geschlossenen Räumen.
10. Fitnessgeräte sind so anzuordnen bzw. durch den Übungsleiter entsprechend abzusperren, dass der Mindestabstand zwischen den Trainierenden auch während der Bewegung gesichert werden kann.
11. Alle Kontaktflächen der Trainingsgeräte müssen nach jeder Nutzung vom Teilnehmer desinfiziert werden.

h) Spezifische Regelungen für die Sportart Tischtennis

1. Übliche Ritualhandlungen wie das Anhauchen des Balles oder Abwischen des Handschweißes auf dem Tisch sind nicht erlaubt. Das Abtrocknen von Schweiß darf ausschließlich mit einem eigenen Handtuch erfolgen.
Um den Mindestabstand zwischen Teilnehmern verschiedener Platten sicherzustellen muss vom Trainer je Platte mit Hilfe von Absperrungen eine Spielfläche von mindestens 5m x 10m gebildet werden. Dies entspricht der WO-Vorgabe einer Box im Ligenspielbetrieb.
2. In einem Hallendrittel dürfen sich höchstens 30 Personen einschließlich Trainern befinden.
3. Andere Spielformen als Einzel sind nicht erlaubt, insbesondere kein Doppel oder Mixed.
4. Seitenwechsel müssen unterbleiben.
5. Benutzte Materialien, insbesondere Tischtennisplatten und -bälle müssen jedes Mal, wenn sich an einer Platte mindestens ein Trainingspartner ändert, sowie nach dem Training vom Übungsleiter desinfiziert werden.
6. Der Übungsleiter desinfiziert nach dem Training Kontaktflächen, insbesondere den Steuerungskasten und die Türklinken.
7. Beim Wechsel mindestens eines Trainingspartners an einer Platte ist neben der Einhaltung von Punkt 3 dort eine Pause von mindestens 5 Minuten einzuhalten.
8. Es wird empfohlen, dass Teilnehmer an einer Platte mit exakt 2 Bällen spielen, wobei jeder Spieler nur mit seinem eigenen Ball aufschlägt. Die Bälle unterscheiden sich farblich und / oder sind geeignet markiert, etwa mit einem Filzstift. Liegt der jeweils andere Ball nach einem Ballwechsel in der eigenen Hälfte sollte dieser kontaktlos, etwa mit dem Schläger oder bedeckten Fuß für den nächsten Aufschlag zurückgegeben werden.
9. Aufenthalte in der Halle zu anderen Zwecken als dem Training ist untersagt. Dies betrifft insbesondere auch Wettspielbetrieb.

i) Spezifische Regelungen für die Sportart Volleyball

1. Beim Training in der Hallen soll auch in festen Gruppen weiterhin versucht werden, den Mindestabstand von 1,5m einzuhalten, sofern möglich.
2. Neue Spieler müssen sich bei der Abteilungsleitung melden.

Anhang 1: Erklärung zu Gesundheit und Anerkennung der Regelungen. (Zur Abgabe am den Abteilungsleiter / Übungsleiter. Von diesen erfolgt die Abgabe im Büro / Einwurf in den TSV Briefkasten)

Persönliche Angaben

Name, Vorname	
Geburtsdatum	
Telefon	
Email	
Sportart / Abteilung	

Hiermit bestätige ich, dass

- ich nur zum Training erscheine, sofern ich in den letzten 14 Tagen keinen Kontakt zu Covid-19-Erkrankten hatte oder ich als medizinisches Personal oder Pflegekraft ausschließlich mit adäquater Schutzausrüstung Kontakt mit erkrankten Personen hatte,
- ich zum Trainingszeitpunkt keine unspezifischen Allgemeinsymptome und respiratorischen Symptome jeder Schwere habe,
- ich das Sportzentrum sofort verlassen werde, sollte ich während des Trainings Symptome entwickeln
- ich nach der Rückkehr aus einem Risikogebiet 14 Tage lang dem Training fern bleibe, es sei denn, ich kann zwei negative Corona-Test-Ergebnisse vorlegen, die im Abstand von 3-5 Tagen gemacht wurden
- ich die Regelungen aus dem Hygiene- und Schutzkonzept des TSV Unterföhring gelesen und verstanden habe und diese befolgen werde.

Sollte sich eine der oben genannten Bedingungen ändern, informiere ich umgehend den Vereinsbeirat mittels Email an vereinsbeirat@tsv-ufg.de und werde das Sportzentrum nicht betreten.

Im Falle von Minderjährigen wird diese Erklärung an Stelle des Betroffenen von einem Erziehungsberechtigten abgegeben.

Ort, Datum

Unterschrift / Bei Minderjährigen: Unterschrift eines Erziehungsberechtigten